O *Tao* do *Espírito*

JOHN-ROGER

O Tao do Espírito

JOHN-ROGER

Não se deixe confundir,
quando você tem depressões, ansiedades
e frustrações, você está sentado em
qualquer lugar,
menos na presença do Senhor.

Do livro.

$12.00
ISBN 978-1-943555-15-4
51200>
9 781943 555154

O Tao do Espírito

Livros do Dr. John-Roger

A Dinâmica Do Eu Básico
Alto Espiritualmente (com Michael McBay, M.D.)
Caminhando Com o Senhor
Deus É Seu Sócio
Essência Divina
Jornada da Alma
Momentum – Deixando o Amor Liderar (com Paul Kaye D.C.E.)
O Guerreiro Espiritual: A Arte de Viver Espiritualmente
O Livro do Caminho de Saída
Passagem ao Espírito
Perdão – A Chave para o Reino
Proteção Psíquica
Quando Você Volta Para Casa (com Pauli Sanderson)
Relacionamentos: Amor, Casamento e Espírito.
Servindo & Dando:
Portais Para A Consciência Superior (com Paul Kaye D.C.E.)
Vivendo os Princípios Espirituais da Saúde e
Bem Estar(com Paul Kaye D.C.E.)

Para mais informações entre em contato:

MSIA
P.O.Box 513935
Los Angeles, CA 90051-1935
(323) 737-4055
soul@msia.org
www.msia.org
www.forgive.org

O *Tao* do *Espírito*

JOHN-ROGER

Mandeville Press
Los Angeles, Califórnia

© 2020
Movement of Spiritual Inner Awareness®
Tradução em português: Dalva Saigg
Revisado por: Lana Barreira
ISBN 978-1-943555-15-4

Todos os direitos reservados, incluindo
o direito de reprodução no todo ou em parte
em qualquer forma.

Publicado por Mandeville Press
P.O.Box 3935
Los Angeles, CA 90051
Impresso nos Estados Unidos da América do Norte
www.mandevillepress.org
Email: servicedesk@msia.org
.

Título original: The Tao of Spirit
© 1994, Peace Theological Seminary & College of Philosophy
ISBN 0-914829-33-5

Visite nosso website: www.msia.org

INTRODUÇÃO

Este livro foi inspirado pelo *Tao Te Ching* um livro escrito por Lao-Tsé no Século 6 A.C, e é uma coleção de escritos de John-Roger desenhados para ajudá-lo a deixar este mundo e voltar para a quietude interior.

O *Tao do Espírito* está organizado em oitenta e um capítulos, assim como no *Tao Te Ching*, mas é uma obra completa em si mesma, e o conhecimento do *Tao Te Ching* não é necessário enquanto você lê este livro. Ainda que os estudantes do clássico chinês, possam encontrar nesses escritos de John-Roger, que ele realça o entendimento sobre o *Tao Te Ching*.

Os capítulos do livro podem ser lidos diariamente ou como inspiração semanal. Eles podem ser lidos em ordem ou selecionados aleatoriamente. Eles são uma maravilhosa maneira de começar ou terminar o dia, por nos recordar de permitir que o mundo se vá. De uma maneira simples, esse livro pode prover uma nova visão dos problemas do dia a dia e das frustrações, e também pode ser usado, no preparo de meditações,

contemplações, orações ou exercícios espirituais. Por englobar tanto, para mim é um livro que se poderia viver de.

Lao-Tsé foi um Viajante Místico, aquele que tem uma linha direta de energia com o Divino e está consciente dessa conexão e a mantém. Como John-Roger disse, "A realidade trazida pela Consciência Viajante é que tudo está perfeitamente presente agora mesmo".

Há alguns anos, enquanto reunia as informações para o workshop chamado *O Tao dos Viajantes*, para os Seminários Teológicos para Paz & Universidade de Filosofia, me reuni com John-Roger para conversar sobre isso. Perguntei se ele poderia me dizer alguma coisa sobre Lao-Tsé. (Sabia por meus estudos que nada de real existia sobre a vida de Lao-Tsé, assim que pensei que essa seria uma oportunidade de finalmente conhecer algo sobre aquele homem). Desafortunadamente, aquele não era o dia em que Lao-Tsé revelaria muito a respeito de si mesmo. No entanto, J-R relatou o seguinte:

> *O que poderia dizer sobre Lao-Tsé, pode ser dito sobre todos os Viajantes, são pessoas para suas épocas, embora não sejam realmente das épocas. Portanto, para que Lao-Tsé pudesse tocar as*

pessoas que ele precisava alcançar, ele precisou vir de tal forma, que as pessoas pudessem reconhece-lo como alguém que eles também poderiam alcançar. Portanto, se fosse necessário, estaria com as prostitutas e beberia com os bêbados. Agora se Lao-Tsé precisasse alcançar um carniceiro – se essa pessoa fosse alguém que ele precisasse pegar fora dessa vida – ele teria que vir e trabalhar ao lado dele, até que o carniceiro despertasse e perguntasse "Quem é você realmente?" Então Lao-Tsé se revelaria e poderia começar a ensinar a essa pessoa pelo método da época.

Os Viajantes aparecem para apontar o caminho de nossa verdadeira casa, que está em Espírito. John-Roger tem dito muitas vezes, "No momento em que abro minha boca, ou escrevo algo, 'menti' a vocês, porque as verdades espirituais, não podem ser faladas." Nesse livro, encontrarão muitos paradoxos e contradições. A essência se encontra no espaço entre as palavras. Você poderia perguntar: "Então para que ter esse livro?" Talvez, a resposta fosse, se as palavras não estivessem aqui, como encontraria os espaços?

Paul Kaye
Setembro de 1994

E digo a qualquer homem ou mulher, permita
que sua alma esteja composta e calma
ante um milhão de universos

Walt Whitman

Um

Não existe Caminho na Progressão
Espiritual.
Há apenas Progressão Espiritual.
Quando as pessoas falam sobre "um
Caminho",
elas estabelecem distância
e uma sensação de início e fim.
Isso é uma falácia.
Não há começo
nem fim,
ou qualquer separação.

Somos todos espirituais por nossa própria
natureza.
Uma pessoa não é mais espiritual que outra,
Independente de comportamento,
inteligência, habilidade,
ou qualquer outra coisa.
Todas essas coisas podem afetar as
expressões
na vida de uma pessoa.
Mas elas não afetam a espiritualidade da
pessoa.

Dois

Se nós, de fato, prestássemos atenção,
Mesmo por um dia de nossas vidas,
e de verdade, fôssemos pensadores e
intuitivos,
e observássemos cuidadosamente
onde colocamos nossa mente
nossas emoções
e nosso corpo.
Não faríamos muito nesse dia em termos do
mundo físico, emocional ou mental,
mas, talvez nos livrássemos de éons de
Karma.

Três

Aquele que amarra a si mesmo uma alegria
a vida alada destrói;
Mas, aquele que beija a alegria enquanto voa,
vive no amanhecer da eternidade.

William Blake

"Solte e Permita Deus" não é um clichê.
É uma direção prática.
Há alguma pressa de ir a algum lugar?
Onde está indo que você já não está?
Como você pode ser impaciente
quando as coisas importantes estão
sempre presentes?

Se você quiser que o fluxo espiritual funcione
incondicionalmente,
então você deve deixá-lo fluir
incondicionalmente.
Sem modificações.
Sem condições.
Sem barganhas.
Apenas mantendo aberto.
Você recebe tão abertamente quanto você dá.
Se começar a qualificar,
perderá.

Se você se move desde um estado de tensão,
será bloqueado.

Se você sempre se move
desde seu centro de relaxamento,
estará livre.

Quatro

Deixe que cada relacionamento amoroso que você tem com
outro ser humano
viva principalmente em seu interior.

Se colocar esse relacionamento no mundo,
experimentará dificuldade.

Não existe relacionamento lá fora.
Existe apenas o reflexo,
do que você está fazendo dentro de si mesmo
e como está lidando com relacionamentos em seu interior,
não lá fora.

Cinco

Sem sair lá fora, você pode conhecer o mundo inteiro.

Lao-Tsé

Você não pode olhar para o mundo
para saciar um desejo
e olhar para o Espírito ao mesmo tempo.

O mundo é um espelho.
Você encontra que se tiver luxuria,
a luxuria lhe encontrará.
Se procurar sensações,
as sensações lhe encontrarão.
Se procurar amor,
amor virá a você.

E se você permanecer internamente em seu
espaço naturalmente neutro,
Será capaz de escolher o momento, o lugar e
a extensão de sua participação.

Quanto mais caminhar em seu próprio ritmo
interno,
mais caminhará na realização de sua
consciência de Deus.
Ninguém será capaz de lhe "assassinar" de
forma alguma.
Você estará além desses níveis,
eles não serão capazes de lhe alcançar.

Seis

Quando o Convidado está sendo procurado,
é a intensidade do anseio pelo Convidado que
faz todo o trabalho.
Olhe para mim, e você verá um escravo dessa
intensidade.

Kabir

É bem óbvio que o Espírito não se importa
se é justo ou injusto.

De fato descobri, que o Espírito parece
ser implacável.
Não que lhe corte ou golpeie,
mas, implacável na intenção de que se não
estiver bem enfocado nele,
ele não lhe indicará de que está lá.

E depois de passarmos por provações,
tribulações e problemas para nos
voltarmos a nosso interior,
não se recebe nada, nem mesmo um alô,
e pode parecer uma enorme injustiça
comparado com a quantidade de tempo e
esforço
que colocamos nisso.

Aqui está o paradoxo:
o Espírito sempre esteve aqui.
E, na maioria das vezes,
parece que sempre estivemos aqui.

Portanto, se sempre estivemos aqui
e o Espírito sempre esteve aqui,
por que não sabemos
que ambos estamos aqui?

O que é essa coisa dentro de nós, que nos
impede de saber o que está acontecendo?

Sete

Talvez, não esteja se voltando o suficiente para encarar o Espírito, e construir, manter e expandir sua consciência para englobar toda visão do cosmos e sua criação.

Estar envolvido com isso é uma experiência do agora,
porque o Espírito está sempre evoluindo,
desenvolvendo,
explodindo
e implodindo,
tudo ao mesmo tempo.

É o caos.
Do caos vem a criação em seu estado mais fino de ser.

Mas quase no momento que a criação acontece,
é passado.
A criação é um processo contínuo.
A criação é sempre nova a cada momento.
No que você se enfoca e atua, é sua criação.
No momento em que fala, ou pensa sobre,
É passado.

Esteja disposto a não saber o que está acontecendo,para que possa saber o que está acontecendo.
Esteja disposto a não saber quem você é, para que possa descobrir.

Oito

Por que você precisa de reconhecimento?

Você diz que sente que precisa.
Sacrifique seus sentimentos.
Você diz que pensa que precisa.
Sacrifique sua mente.
Você diz que realmente precisa disso.
Isso é ego.
Sacrifique seu ego.
O que sobrou?
Nada.
Este nada é exatamente o que você é aqui no planeta.

Todos os jogos parciais que você joga,
tentam fazer de você algo que você não é.
O que você é, é nada[1] – nenhuma-coisa
E nenhuma-coisa é a própria essência de Deus presente.

[1] O autor faz um jogo de palavras com "nada" em Inglês "nothing" separando-a em duas sílabas "no" e "thing" em português "nenhuma coisa".

Nove

Embora estejamos longe internamente,
Nossas almas têm a visão desse mar imortal
Que nos trouxe aqui.

William Wordsworth

O Espírito não é um processo do mundo
exterior,
embora suas qualidades possam ser
refletidas aqui
na bondade,
no amor,
e na compaixão.

O Espírito em si mesmo vive na consciência
interior.
Sua voz soa na quietude de seu coração.
Seu movimento está na perfeita quietude
interior.
Sua maior expressão é na paz e no amor
que residem no âmago do seu ser.

Quando você está sintonizado com o
Espírito,
não há nada no mundo exterior que importe.
Mesmo seus pensamentos negativos e
emoções.

Eles não têm poder algum na presença do
Espírito.
A negatividade dos outros não importa.
Há amor e perdão -
para tudo e todos.

Continua

Nove

Continuação

Quanto mais você ama,
Mais você se liberta
para experimentar a Alma.

Dez

Modelai o barro para fazer um vaso;
Mas, é o oco do vaso, que lhe dá utilidade.

Lao-Tsé

É dentro do nada que o Espírito vive.

O Espírito não entrará em um espaço que já
está preenchido.
Se você está cheio de ansiedade, medo,
depressão e perturbação,
não há espaço para o Espírito.
E como o Espírito não pode violar sua
consciência,
ele deve ficar de fora.

Quando você desiste das emoções negativas
e suas expressões,
O espaço que resta pode ser preenchido pelo
Espírito.
Mas você deve criar o espaço.

Você precisa arriscar soltar as coisas que não
funcionam para você
a fim de ganhar as coisas que virão.

Onze

Você parece esquecer sua capacidade de ver claramente
as regras do jogo, que você deveria dominar.
Não o jogo que você deveria ganhar,
mas o jogo que você deveria dominar.

Até mesmo o jeito que você perde
pode mostrar que você dominou o jogo.

Não jogue jogos consigo mesmo;
Não racionalize suas decepções,
pensando que ninguém percebe.

Não importa se alguém mais percebe.
O Espírito que é Deus dentro de você
conhece a sua verdade
e conhece sua decepção.

Tenha em mente que as regras da humanidade não funcionam
quando se trata do despertar espiritual.
Se você não aprender mais nada de mim,
por favor, aprenda isso.

Doze

Andamos silenciosos entre disputas e declarações, mas não rejeitamos os concorrentes nem o que foi declarado,
Escutamos os gritos e o alvoroço, somos alcançados pelas divisões, ciúmes, recriminações de todos os lados,
Eles se fecham peremptoriamente sobre nós para nos cercar, meu camarada,
No entanto, nós caminhamos respeitados, livres, sobre a terra inteira...

Walt Whitman

Como você pode ter entendimento sem primeiro ter aceitação?

Você deve aceitar as pessoas a seu redor.
Você deve aceitar as pessoas no mundo.
Você deve aceitar as pessoas que estão matando outras pessoas.

Deve.

Pois nesta aceitação, você pode controlar o massacre deles.
Em sua compreensão, você pode lhes mostrar o caminho.
Em sua cooperação, você pode elevar o mundo.
E por seu entusiasmo, a Alma caminha viva na forma humana.
Você então cumpre a consciência espiritual presente.

Mas dificilmente será reconhecido
porque o homem de entendimento é mal compreendido.
Pois você não precisa entender o que é, para ter entendimento.

Treze

Não há nada na existência além do Agora Mesmo.

Quando entramos em memórias,
Não estamos mais presentes no Espírito.
Estamos em uma contração da mente e das emoções,
que na verdade não tem valor para nós.

O ensino do mundo é de contração.
O ensino do Viajante é de expansão

Quatorze

Se começar a defender sua ilusão,
terá que lutar uma batalha em que você
perderá mesmo se ganhar
porque a batalha acabará por revelar que
você está errado.

Mesmo se você lutar e ganhar,
você perde.
Quando você não tem que lutar,
você está ganhando.

Quinze

Eu existo como eu sou e isso é o suficiente,
Se nenhum outro no mundo está ciente; me sento contente
E se todos estão cientes me sento contente.

Um mundo está ciente e é de longe o maior para mim, e
esse sou eu mesmo,
E se me aproprio do que é meu hoje ou em dez mil ou
em dez milhões de anos,
posso alegremente tomá-lo agora, ou com alegria igual
posso esperar.

Walt Whitman

Quando você observa,
apenas declara o que viu acontecer.
Você diz: “Eu vi isso, isso e aquilo”.
Alguém pergunta: “Foi isso?”
Você diz: “Não vi isso”.
Eles perguntam: “Eles fizeram isso?”
Você diz: “Não vi isso.”
Não existe nem mesmo a necessidade de dizer, “Eu não sei”,
porque a declaração sai do estado de observação.

A declaração de observação é apenas o que é,
não o que você sabe ou não sabe sobre a situação.

O poder que vem disso, internamente, é imenso.
Torna-se tão bom, que você só quer ficar nesse lugar.
E isso não é um estado de “não fazer nada”.
A declaração de neutralidade e de observação é um lugar ativo;
Ele não carrega qualquer peso negativo ou positivo para o resultado.

Dezesseis

Quando você é preguiçoso e procrastina,
gasta mais energia na adição emocional, do
que você gastaria se simplesmente fizesse a
coisa física que precisava ser feita.

Quando as coisas são feitas,
as emoções se aquietam,
e a mente se acalma.

Quando as coisas são feitas momento a
momento,
você descobre que tudo está bem,
tudo é suave,
Tudo está exato onde deveria estar.

Neste ponto,
nada incomoda seu corpo.
E quando você pensa no aqui e agora,
você não quer saltar para o futuro
porque o agora está realmente muito bom.
Você vive aqui e agora, no momento.

Quando você lida com tudo o que vem em
seu caminho,
não há passado ou futuro,
e o presente é o eterno agora.

Então existe apenas um caminho a seguir,
e esse está na consciência,
porque tudo a seu redor
é mantido em um estado de manutenção.

Dezessete

Não é necessário se preocupar ou pressionar.
Tudo funciona perfeitamente,
ao contrário dos processos do pensamento
de qualquer pessoa
ou de como elas se sentem sobre isso.

O desafio é fazer com que sua mente
mantenha um foco até que você complete a
ação de seu pensamento.
Se você aprender apenas isso,
você terá superado esta terra.

Dezoito

Você dormiu por milhões e milhões de anos.
Por que não acordar esta manhã?

Kabir

Você não precisa entender algo que já está
em seu interior;
você apenas precisa despertar para a
experiência,
e o entendimento aparecerá.

O dorminhoco vai para a abundância,
manifestando a ilusão da ganância e da
insegurança.
Aquele que está desperto,
só precisa tomar a próxima respiração.

Dezenove

Para ganhar Consciência da Alma,
você se move para cada momento do ser divino.
Você não permite que sua mente lhe perturbe,
não permite que suas emoções lhe empurrem.

Você apenas inspira
e expira,
mantendo o foco, enquanto a ação presente se completa em si mesma.

Você não a completa.
Eu não a completo.
A ação do Espírito se completa em seu próprio tempo.

Vinte

Nunca vi, nunca senti uma calma tão profunda!
O rio desliza em sua doce vontade!

William Wordsworth

Aperfeiçoe sua existência seguindo lentamente pela rotina de sua vida, até que você a tenha dominado.

Faça as coisas comuns que a compõem,
e aprenda a fazer isso, ao ponto da maestria.
E encontrará grande satisfação.

Conduza sua vida a partir de um lugar quieto, em calma amorosa.
Aperfeiçoe-se para que a rotina não lhe distraia ou perturbe
e assim possa manter um estado amoroso em tudo que faz.

Em seguida, pode expandir o âmbito de sua atividade,
movendo seu coração amoroso ao outro, de uma maneira natural e comum.
Assim estará simplesmente presente com as pessoas, amando-as.

Viver sua vida de forma comum, pode ser o mais perfeito serviço aos seus semelhantes.

Vinte e um

O mero processo de entrar em comparações
diz que você perdeu.
As comparações não têm nada a ver com o
progresso.

Tenha isso claro:
Ninguém lá fora pode lhe amar,
da maneira que você quer ser amado.
Só você pode fazer isso.

Vinte e dois

E eu senti
uma presença que me perturbava com a alegria
dos pensamentos elevados; um sentido sublime
de algo mais profundamente impregnado,
cuja morada é a luz dos pores do sol,
e o oceano circular, o ar vivo,
e o céu azul, e na mente do homem:
um movimento e um espírito, que impulsiona
todas as coisas pensantes, todos os objetos do
pensamento,
e rola sobre todas as coisas.

William Wordsworth

Você completa muito aqui?
Provavelmente não.
Então qual é o valor daqui?
O valor daqui não é realizar muito,
Porque tudo está completo.

Seu trabalho é tomar consciência da presença
divina
em seu interior,
esse que você é,
E usar esse nível para progredir na
consciência superior.

É disso que se trata este nível.
É um trampolim,
não um lugar para você ficar.

Seu trabalho é fácil.
Você pode se extrair de qualquer situação
que você queira,
se estiver disposto a pagar o sacrifício
de soltar sua ambição
seu orgulho,
suas luxúrias,
sua inveja,
seu ego,
e viver puramente no momento.

Vinte e três

Limpe o conceito do "lá".
Descarte a ideia, de que algo precisa estar
presente fisicamente,
para ser manifestada aqui e agora.
Abra sua consciência para a realidade não
manifestada,
onde todas as coisas estão imediatamente
presentes,
e novas para sempre.

Como você encontra, sem procurar?
Como você deseja Deus,
sem desejar?

Um desejo por Deus é sem desejo,
porque é realidade não manifestada.

Você só pode desejar o que está manifestado,
e esse desejo se torna uma armadilha.
sempre foi assim.

Dentro do eu está o conhecedor.
Esse conhecedor manifesta total consciência,
de modo que não há pesquisa,
nenhuma busca,
e nenhum anseio depois que é manifestado.

Vinte e quatro

Nesse nível, você não aprisiona.
Você não pode possuir,
nem manter nada.

Se tentar possuir, você perde.
Você não pode sequer possuir seu próprio corpo.
Mas se você se ama,
se ama a Alma interior,
você tem acesso a todas as coisas.

Nós nos desligamos de Deus nos movendo para o mundo,
professando a grandeza de Deus lá fora.
E perdemos a pista de Deus que está na grandeza de nosso interior.

Vinte e cinco

Porque alguém inventou a palavra
"onda",
preciso distingui-la da água?

Kabir

Observe a ação da vida,
da mesma forma como você observa
uma corrente de água fluindo ao lado da
montanha.
Apenas sente-se e observe.
Você não tenta agarrar a água que acabou de
passar.

É o mesmo que ver o oceano.
Você não tenta agarrar a última onda e
cimentá-la para que sempre a tenha.
Você só vê as ondas vindo e indo,
vindo
e indo.

Não há tédio em olhar o mar
porque seu ego não está envolvido no que as
ondas fazem ou não fazem.
Você está observando.

Vinte e seis

Uma vez que abracemos a realidade de que
todas as coisas são Espírito,
que o corpo, as emoções e a mente,
são todos Espírito manifestado de diferente
formas,
cada um em sua própria natureza,
não iremos contra a natureza.

Permitimos que a natureza flua,
sem nos enganchar,
sem nos identificarmos demais com ela.

Não se deixe confundir,
quando você tem depressões, ansiedades e
frustrações
você está sentado em qualquer lugar,
menos na presença do Senhor.

Vinte e sete

O silêncio é o arauto perfeito da alegria.

William Shakespeare

Quando as pessoas param para escutar,
e a mente fica quieta,
elas às vezes adormecem por hábito.

A melhor escolha é manter-se alerta,
acordado e apenas ouvir.

Escute o que vier do silêncio.
Escute além das conversas internas de sua mente.

Se as coisas começam a lhe distrair ou perturbar,
traga seu foco de volta ao silêncio.
Quantas vezes o silêncio for rompido,
tantas vezes, você se reenfoca uma vez mais
em escutar o silêncio.

Ao se trazer ao silêncio, você
poderá experimentar o conhecimento e a sabedoria
que começará a fluir.

Muitas vezes as pessoas querem comentar mentalmente sobre a experiência,
ou elas sentem a necessidade de anotá-la.
Mas isso em si se torna uma distração que pode fechar o silêncio.

Vinte e oito

A Essência é a Essência.

Está agora – e sempre esteve – eternamente presente.
Então você nunca nasceu,
portanto nunca morrerá.
Tudo o que você faz é focar sua atenção, em qualquer nível com o qual se importe.

Se enfocar no que você está atento,
no que você está visualizando,
nisso em que você focaliza sua energia para aliviar o estresse, a tensão e o medo –
que lhe traz liberdade.
Esse romperá os bloqueios Kármicos,
você se elevará para um novo nível.

Vinte e nove

Neste dia, antes do amanhecer, subi a montanha
e olhei para o céu coroado,
e disse a meu espírito:
Quando nos tornarmos os abarcadores dessas
esferas e do prazer do conhecimento de
cada coisa nelas, estaremos então plenos e
satisfeitos?
E meu espírito disse:
Não. Nivelaremos essa elevação para ultrapassare
continuar para além.

Walt Whitman

Se tiver uma experiência espiritual e desejar
continuar tendo experiências espirituais,
precisa sair do que acabou de completar,
e seguir para o próximo.

Não importa quão maravilhosa ou elevada
foi sua experiência;
você sai dela
e vai para a próxima.
Fazer menos, é negar seu crescimento e
consciência.

No momento em que compara sua
experiência presente com a do passado,
você a julgou,
e seus julgamentos estarão sobre você.
Com isso você se impulsionou para fora do
Espírito.

Para voltar,
você se move para o momento presente
e ama tudo o que estiver acontecendo.

Quando você não vive em expectativas,
não pode ser pego na negatividade.

Trinta

Para saber o que é espiritual em uma
situação,
precisa ficar acima dela,
não projetar nada de seu,
e se mover a um local de observação.

Se apenas pudesse se manter em observação,
seria capaz de perceber muito mais
claramente.

A partir desse estado de observação,
você realiza que não há nada lá.
Você não tem nada a ganhar ou perder de
uma forma ou de outra,
e não importa se você está envolvido ou não,
você será capaz de ver as coisas mais
claramente,
exatamente como são.

E se não vir algo claramente,
não deve assumir nada sobre isso,
porque assim que assumir qualquer coisa,
adivinhe?
Você saiu da observação,
e tem suas coisas mescladas ai.

Trinta e um

Vou lhe contar um segredo sobre este mundo:
ele lhe encontra exatamente onde você se encontra,
e lhe dá o que você lhe apresenta.

Portanto, se sair procurando raiva,
o mundo justificará sua raiva.
Se sair a procura de amor,
o mundo justificará seu amor.
Se está procurando animosidade e ódio,
ele vai lhe dar animosidade e ódio.
O mundo corresponderá exatamente ao que você exteriorizar.
Essa é a chave, se você quer saúde, bem-estar e felicidade.

Você não pode sair com animosidade, raiva e ganância,
e esperar que lhe deem outra coisa. Isso não acontecerá.

Continua

Trinta e um

Continuação

O Espírito lhe dará o que é sua intenção,
e o mais surpreendente é que
você não pode colocar sua intenção no
mundo exterior.
Sua intenção é para você e seu universo
interior viverem nele.
E se você não estiver criando um universo
saudável,
ele eventualmente se exteriorizará
e você terá sua catástrofe e seu desastre.
O que será?
Tudo o que as pessoas declararem.

Trinta e dois

Vaguei sozinho como uma nuvem
flutuando no alto, sobre vales e colinas,
Quando de repente vi uma multidão,
um anfitrião, de narcisos dourados.

William Wordsworth

Já sentiu o perfume de uma flor?
O aroma é semelhante ao modo como o Espírito se move.
Essa flor estava realmente por perto, para que você pudesse sentir seu aroma.
E se você se voltar para essa essência perfumada e começar a segui-la,
chegará a fonte de onde o aroma vem.
Mas, precisará perseguir o aroma para poder chegar na fonte

Se o perfume parece flutuar interminavelmente pelo ar,
você terá mais trabalho.
precisa estar mais alerta, mais atento do que antes.

E pode ser, que sentindo esse aroma por muito tempo,
perca o traço de sua presença.
Mas, alguém novo vem em boa vontade e diz:
"Isso com certeza cheira a rosas",
para uma vez mais refrescar sua mente do que você já sabe.

E é para isso que estou aqui:
Para uma vez mais refrescar sua mente do que você já sabe.
Você já sabia de tudo isso,
Mas, não lidou com elas,
e está bem se você não lidar com elas agora.

Mas meu trabalho é dizer isso a você,
e é o que estou fazendo.

Trinta e três

Entendimento é sua fortaleza.

Ser forte não é sua fortaleza.
Ser forte pode significar resistência,
e resistência poderia lhe guiar a separação,
e a separação é o medo da morte.

Fortaleza é o entendimento de sua realidade.
É a verdade,
não precisa de defesa,
nem está preocupada com um ataque da
opinião dos outros.

Trinta e quatro

Se você negar algo,
isso não o põe fora da existência.
De fato, o ato de negar mentalmente algo, o afirma,
porque você coloca energia nele,
em vez de soltar.

A melhor maneira de soltar algo,
É simplesmente parar de participar em seu campo de energia,
e seguir para outra direção.
A coisa ou problema, deixa então de ser uma fonte de distração da energia de sua vida.

Trinta e cinco

O tolo se considera sábio,
mas o sábio, sabe que é um tolo.

William Shakespeare

É preciso um alto grau de inteligência
para cooperar com o que está acontecendo.

Em sua mente, no entanto,
você normalmente não permitirá que seja assim.
Você dirá que não é assim.

É sua atitude em relação às coisas
que lhe bloqueia
ou lhe libera.

Trinta e seis

Todos os homens virão para aquele que se
mantém para o um,
Pois lá descansam o repouso, a felicidade e a paz.

Lao-Tsé

O verdadeiro mestre
percebe a oportunidade
da unidade com Deus
em cada experiência,
em cada ser humano,
e em cada evento.

Trinta e sete

É entendimento o que eleva a consciência.
Não é *dizer* entendi;
É *viver* o entendimento,
ao *fazer* o que entendeu, em meio a
infelicidade você ainda terá entendimento.

As pessoas dizem: "Mas estou confuso. Não entendi".
Eu digo, "Essa é a sua inquietação".
Para você, basta se manter respirando,
mesmo que esteja confuso,
ainda precisa comer,
ainda que não entenda,
pois ninguém fará isso por você.

Bem, você pode ter um escravo por um tempo,
mas até mesmo os escravos dizem,
- Quando pego o meu?
E o mestre sempre responde: "Mais tarde".
Então o escravo se revolta.

Continua

Trinta e sete

Continuação

Mas se o escravo for esperto, ele
simplesmente evolui.
Pois, nesse ponto da evolução,
descobrirá que aquele que lhe serviu
tem sido seu deus,
e aquele que lhe entendeu
tem sido sua luz,
e aquele que caminha com você
tem sido o Bem-Amado.
E você nunca precisou ir a nenhum lugar.

Trinta e oito

Lhe digo:

Você só pode ficar irritado e magoado
quando carrega irritação e mágoa.

Trinta e nove

A teia de nossa vida é uma mistura de fios bons e doentes. Nossas virtudes ficariam orgulhosas, se nossas falhas não as chicoteassem. E nossos crimes desesperariam, se não fossem amados por nossas virtudes.

William Shakespeare

Podemos estar em um estado de fazer,
ou podemos estar em um estado de ser.

Em um estado de ser, não precisamos fazer nada.
Tudo o que temos a fazer é apenas estar aqui.

É muito bonito o que o Viajante é.
É um estado de ser.
Ele não precisa atuar.

Estamos sempre fazendo algo,
Para o bem ou para o mal,
como uma necessidade de nossa vida.
Então deixamos que essas necessidades se tornem nosso foco,
e isso se torna nossa obsessão ou nossa compulsão.
Depois, passamos o resto do tempo trabalhando através de obsessões e compulsões.

Mas, não há nenhuma maneira de você trabalhar através delas,
porque elas *são* isso.

Quando você chega ao estado de Ser, não há compulsões.
O Ser apenas se expressa através de você
como amor e energia ilimitados.
No que quer que você faça,
caminhe em seu estado de Ser,
com isso, a ação será karmicamente livre.

Quarenta

Cuidado quando ganhar uma discursão.
Isso significa que outra pessoa perdeu.
Se você ama essa pessoa,
então você é parte da perda.
E se você não a ama,
tem que trabalhar mais nisso.

Quanto a mim,
se existe um conflito com outro ser humano,
e alguém declara uma situação de ganhar ou perder
eu escolheria perder.

Prefiro perder meu ego,
minha posição,
minha necessidade de estar certo,
do que ganhar.
Prefiro que alguém que eu amo, aprenda com sua vitória,
do que infligir sobre ela uma perda.
Pois essa perda seria mais pesada do que eu preferiria.

E no fim,
não há tal coisa como ganhar ou perder.
Há apenas experiência.

Continua

Quarenta

Continuação

Se atuo com integridade e amor,
não importa quem está certo.
Nem importa o que aconteça.
O que importa é o que investi internamente.

Se estiver ligado à minha história de
limitações,
que pesa o presente,
perdi a guerra, mesmo ganhando a batalha.
Se me apresento e meu ponto de vista
amorosamente,
sem apego ao resultado,
ganhei antes do início de qualquer batalha.

Quarenta e um

Ganha o que persiste até o final.
E nunca tive isso, como referência para competir com outra pessoa.

Quando disse isso a mim mesmo,
quis dizer que aquele dentro de mim ganhará.
Porque quando esta personalidade externa desistir
e arranjar suas desculpas,
esse um interior ainda continuará,
fazendo o melhor que pode.

Quarenta e dois

O homem verdadeiramente bom, não faz nada,
Ainda que não deixe nada por fazer.
O homem tolo está sempre fazendo,
E ainda sobra muito a ser feito.

Lao-Tsé

Se pudermos apenas ser,
e permitir que esse ser que somos avance,
e permitir que nossa voz e mente apenas estejam presentes,
esse ser acabará com todo o fazer, que tem sido nosso comportamento obsessivo, compulsivo.

Você entende isso?

Esse ser avança,
E move o fazer.
E não há karma
porque a ação é feita a partir do estado de ser,
não do estado do ego,
ou de certo e errado
ou do "Eu deveria saber"
ou qualquer outra coisa como essa.

As pessoas perguntam: "Como você sabe essas coisas?"
Eu resido no estado de ser.
"Mas como você realiza tanto?"
O que faço é feito a partir do estado de ser,
ou eu não faço.

Quarenta e três

Uma das melhores maneiras de ir mais
rápido
é ter mais paciência
e progredir mais gradualmente.

As coisas então serão dadas a você
de maneira tal, que você possa manejar.

Quarenta e quatro

Pouco importa o que alguém faz ou fez.
O que importa é o que você está fazendo agora.

É importante que você tire a cabeça do ontem
porque isso é apego.
Assim, quantas vezes tiver que "jogar água em seu rosto"
para lhe trazer para o hoje, faça .

Faça o que for preciso para se trazer para o aqui e agora
porque você não pode transcender o físico de ontem,
e você não pode fazer isso a partir de amanhã.

Quarenta e cinco

Doravante, por favor, Deus, eu renuncio para sempre,
ao jugo das opiniões dos homens.
Eu vou ser leve como um pássaro, e viver com Deus.
eu O encontro no fundo do meu coração,
e escuto continuamente Sua voz nele.

A agulha matiz, sempre conhece o Norte,
o pequeno pássaro lembra-se de sua nota,
e este sábio vidente dentro de mim nunca erra,
nunca ensinei o que ele me ensina;
Eu só sigo, quando atuo direito.

Ralph Waldo Emerson

Existem muitas coisas na vida que você não precisa fazer.

Você não precisa procurar amor.
Você não precisa se defender.
Você não precisa ser notado.
Você não precisa sair e procurar o manicômio,o mundo de sucesso, a fama e a fortuna.
Você não precisa ser o que chamamos de "pessoa espiritual".
Você não precisa esperar ansiosamente por nada.
Você não precisa ser considerado agradável pelos outros.
Você não precisa ter segurança.

A segurança está na consciência interior,
onde não há segurança.
Quando você parar de lutar pela segurança
e reconhecer que não há nenhuma,
então não há mais preocupação sobre isso.

Quarenta e seis

Se você tem a escolha
do divino conhecimento,
ou do divino desconhecimento,
fique com o divino desconhecimento.

No momento em que conhece,
precisa tomar responsabilidade por todas as ações.
No momento em que desconhece,
você ainda está aberto para receber a graça disso.

Quarenta e sete

Você pega o corpo, as emoções, a mente, o subconsciente,
e estraga sua realidade presente,
que existe perfeitamente agora.

Mesmo estragando tudo, está perfeito na existência de ser estragado agora.
Esse é o paradoxo de todas as coisas,
e é por isso que nada está acontecendo.

Sua depressão, sua doença se manifestam perfeitamente agora mesmo.
Então você diz que precisa fazer alguma coisa.
Porque fazer alguma coisa com ela?
Porque ela está lá?
Não, está aqui.
Por estar *aqui* , já se está cuidando,
mas se ela estiver *lá*, nunca poderá cuidar dela, portanto esqueça.

Agora mesmo, é o momento de participar de tudo.
Agora, é quando a consciência da realidade está presente.
Não existe outro momento onde ela estará presente,
a não ser agora mesmo.
Portanto, você não precisa ir a lugar algum.

Quarenta e oito

Estudante, diga-me, o que é Deus?
Ele é a respiração dentro da respiração.

Kabir

Se Deus vai ser chamado,
você se senta e escuta.

Se não receber nada e tudo estiver quieto,
precisa realizar, que por baixo dessa calma,
está o Criador sustentando a quietude.

Assim, em tudo que você faz,
quer haja falha ou sucesso,
você precisa se dar conta,
que Deus contém e mantém tudo isso.

Quarenta e nove

Adotar novos projetos não é necessariamente
uma mudança.
Pode ser um sinal de imprudência e não
realização.

Mas, voltar a todos os níveis de não
realização e os completar,
é um sinal de mudança positiva.

Cinquenta

Você pode se livrar de suas adições.

Você recebeu tudo o que precisa para se
aliviar de qualquer adição.
Você pode fazer isso sempre que quiser,
se enfocando no aqui e no agora.

É uma chave muito simples,
exceto que suas adições lhe dirão,
que você não pode fazer isso dessa forma.
Então, você precisa parar de escutar a isso
que diz que não pode ser feito,
e começar a fazer.

Não quer dizer fazer tudo de uma só vez,
mas fazer o que vem na existência do seu
aqui-e-agora, para você lidar aqui e agora.

Se está conversando com as pessoas,
enquanto reflete sobre a semana passada,
está se separando.
Quando você entra nisso ou em algo
semelhante,
você está indo para a memória,
e a memória não é o que o coração deseja.
O coração não quer uma memória;
ele quer um aqui e agora.

Cinquenta e um

Aquele que sabe como viver, pode caminhar distâncias,
sem medo do rinoceronte ou do tigre,
pois não será ferido em batalha.
Isso porque nele, o rinoceronte não encontrará
um lugar para enfiar seu chifre,
tigres não terão um lugar para cravar suas presas,
E as armas, nenhum lugar para perfurar.
Porque isso?
Por que não existe um lugar para morte entrar.

Lao-Tsé

O que o ressentimento traz para você?
Traz o sentimento de ressentimento.
E o que acontece quando você pensa em amor?
Você capta o sentimento de amor.

Observe seu ressentimento.
No momento que estiver acima da linha do tempo do acontecido,
ninguém poderá prendê-lo,
porque você não vai a lugar algum.
Eles virão a você,
e quando chegarem,
poderá observá-los.

Quando te alcançarem,
você estará acima do tempo,
e quando tentarem lhe pegar,
você não estará lá
porque está em um estado de observação.

Cinquenta e dois

Nada está fora de seu amor.
Você ama seus erros junto com seus êxitos.
Você ama os momentos de queda, tanto quanto os de elevação.

Em outras palavras,
Você se ama através de tudo,
e seu esforço vai para o amor.

Quando as coisas acontecem, parecendo injustas a primeira vista,
procure a lição amorosa que está por debaixo.
Se não puder ver o amor,
coloque a si mesmo, nesse lugar,
para que assim, possa ver tudo o que acontece com você
através dos olhos do amor.

Cinquenta e três

Você não tem que pretender ser algo.
Você pode ser comum.

Pode apenas inspirar e expirar.

Não precisa dramatizar.
Apenas seja comum.
Essa é a condição prévia a energia que você condicionou.
Isso é espiritual.
Você não pode criar ser comum. *A energia* o faz.

A razão pela qual você não pode criar ser comum é por que no momento em que colocar sua mente,
condicionou a energia,
e portanto não pode ser comum.
No momento que a sente,
condicionou a energia
e não pode ser comum.

Então você diz, "Bem, eu poderia muito bem soltar e deixar Deus ".
Está certo.
Não há outra maneira de conseguir.

Cinquenta e quatro

Ser, não é o que parece,
nem não Ser.
A existência do mundo,
não está no mundo.

Rumi

Estamos tão ocupados jogando o jogo da
energia condicionada,
que esquecemos que há uma condição prévia
para todos os jogos.

Seu condicionamento diz,
"Eu preciso fazer algo
ou não sou espiritual."
Mas, não há nada lá.

Quando você está sentado na presença
Divina,
tudo se torna muito engraçado
porque é Espírito, não espiritual.

Essa presença sustenta e mantém todos os
universos,
todos os mundos sem fim.
Todos.
A totalidade.
Foi por isso que disse que não existe nada
acontecendo,
não há nada acontecendo.

Portanto tudo o que realmente podemos
fazer
é inspirar e expirar
e deixar a essência Divina avançar para nós.
Isso se chama graça.

Escute tempo suficiente essa respiração de
Divina orientação,
até que essa respire através de você.

Cinquenta e cinco

Em tudo isso, a Verdade reside.

Portanto, você não precisa fazer nada,
e a verdade ainda assim reside,
ou você pode fazer tudo,
e a verdade ainda assim reside,
porque a verdade não depende
ou se relaciona a qualquer uma de suas ações.
Ela é.

E a verdade que nos referimos como Deus,
é a presença Divina.
E está aqui.

Então, por que um Viajante Místico?
Porque você não sabia disso
até que lhe foi dito.

Cinquenta e seis

Às vezes, você se esquece de declarar as
coisas feitas,
Assim que existem pequenas energias
incompletas
que continuam flutuando por perto,
drenando um pouco de energia,
cada vez que elas surgem.

Você pode dirigir na estrada,
e tudo está bem, você se sente bem,
e de repente,
algum incidente do passado surge,
e prende sua atenção.

Você diz: "Uau! De onde veio isso?
Eu não penso nisso há anos.
Como foi isso?"

Seu ser interno trouxe isso à tona
para você lidar e clarificar

Cinquenta e sete

O que eu mais quero
é saltar dessa personalidade,
depois me sentar além desse salto.
Vivi muito tempo onde podia ser alcançado.

Rumi

Se você não sabe o que está acontecendo,
como pode duvidar?
Tudo que você é, está impaciente para
conseguir.
E sua impaciência está lhe distraindo
de sua vida aqui-e-agora.

Você não faz nada com impaciência.
A impaciência é que está fazendo.
Você apenas observa.

Quando você observa, alcança um estado de
contentamento.
Esse estado de contentamento, permite que a
energia da Alma se ative através de você.
Ao retornar essa energia para o centro em
seu interior,
você atinge o passado.

Cinquenta e oito

Escute com cuidado:

Todos os seus problemas aconteceram,
porque você se moveu de seu centro,
para algo que a mente conjurou.
Mas, essa consciência nunca pode ser
satisfeita.

Você acha que precisa ir a algum lugar.
Mas não há lugar para ir,
e não há nada, quando você chega lá.

Nada que você fez nos últimos trinta
segundos, ou antes,
tem qualquer controle sobre você,
e nada disso importa.

Há muitas pessoas a seu redor que tentarão
lançar o passado sobre você
porque elas lançam isso sobre si mesmos.
E você pode apenas dizer, “Isso é passado!”

Cinquenta e nove

Vim a este mundo, não essencialmente para fazer
dele um bom lugar para viver,
mas para viver nele seja bom ou ruim.

Henry David Thoreau

Neutralidade é uma afirmação progressiva e assertiva do seu ser,
sem apego aos resultados
ou para o processo de chegar em algum lugar.

É o suficiente que você esteja aqui,
desfrutando das coisas.

Não importa o que outra pessoa faz,
você continua a se expressar desde seu coração amoroso.
Isso é neutralidade.

Sessenta

Você não pode passar um tempinho comigo?
Não pode simplesmente abandonar esse
mundo por um tempo,
e ir para onde você é?

Você entra por um tempinho,
e as coisas se endireitam muito bem.
E então você está fora,
vagabundando por aí,
e abandona esse que você é.

E ainda precisa realizar isso completamente
em seu interior,
que não importa aonde você vá e o que você
faça,
O que você é, está sempre lá.

Aqueles que realizam a consciência de Deus
são aqueles que
entram nela,
que se seguram a ela,
e a mantêm
como a única coisa que eles nunca podem
esquecer.

Sessenta e um

JACQUES: Rosalinda é o nome de seu amor?
ORLANDO: Sim, exatamente.
JAQUES: Não gosto do nome dela.
ORLANDO: Não houve qualquer pensamento de lhe agradar quando ela foi batizada.

William Shakespeare

Não tente acompanhar ninguém.
Nem sequer tente se acompanhar, porque
seu Eu não vai a lugar algum.
Está presente.
Está aqui.

Não há direito a ser ganho aqui.
Ele nos é dado pela graça.
Aí está a diferença.
O único direito verdadeiro que temos é a
nossa própria herança,
e não precisamos ir a lugar algum
porque já a herdamos.

Essa herança é verdade absoluta.
Ela reside no si de si mesmo,
não depende do ponto de vista de ninguém
ou se eles gostam ou não.

Sessenta e dois

Então, como vivemos nesse mundo?
Como podemos ganhar?
Qual pode ser nosso objetivo?

Pelo amor de Deus,
não tenha um objetivo neste mundo.
Pois lhe pegará até sangrar.
Onde está a meta?

A meta é interior.
Quando se voltar para seu interior,
terá sua meta,
você tem sua integridade,
você tem sua plenitude
e você caminha pelo mundo,
tendo tudo mais acrescido a você.

Sessenta e três

Encontre a harmonia.

A vida é tão simples quanto inspirar e
expirar.
Uma vez que encontre o ritmo,
poderá segui-lo completamente.

Se pudesse ganhar apenas essa disciplina
e mantê-la,
começaria a superar todo esse mundo físico.

Sessenta e quatro

Os prazeres do paraíso estão comigo, e as dores do
inferno estão comigo,
O primeiro eu enxerto e aumento sobre mim mesmo...
o último o traduzo para uma nova língua.

Walt Whitman

No momento em que nos contraímos
(Talvez alguém nos magoe),
e nos tencionamos e desanimamos,
esse é o momento que precisamos cortar o nó da contração
e nos expandir.

Qualquer apego – amor ou ódio –
causará sofrimento.

Se você ama ou odeia "lá fora",
você faz isso em seu interior.
Que é onde está o sofrimento.

Portanto, em meu interior eu simplesmente amo muito.
Se as pessoas projetam negatividade,
no momento em que passe por meu campo de energia,
é Amor.
Assim que consigo *escutar* o que eles dizem
sem *sentir* o que eles estão dizendo.

Para isso é preciso muita prática.
Você precisa caminhar até o campo de contato negativo,

continua

Sessenta e quatro

Continuação

e ficar com ele
e sustentar e sustentar
até que comece a se tornar amoroso e
positivo nele.

O que você faz é sacrificar todas as suas
posições.
Sacrifica seus pensamentos, suas emoções e
seu corpo.
Apenas se torna amoroso,
e permite que eles digam o que quiserem.

Sessenta e cinco

Se completar tudo o que vier em seu
caminho agora,
então, quando olhar para trás,
não terá memória.
Você verá apenas os resultados do progresso.

Temos memória apenas sobre as coisas
incompletas,
pois não há nada na existência,
além do aqui e agora.
Quando entramos na memória,
não estamos mais presentes no Espírito.
Estamos em uma contração da mente e das
emoções,
e não tem qualquer valor para nós.

Sessenta e seis

Você entende a ideia de estar presente?

No presente imediato,
agora mesmo,
não há nada na existência que você não possa lidar.

No entanto, você pode criar alucinações imaginárias "lá fora",
que você não consegue lidar.
Ninguém pode lidar com elas a partir daqui,
porque elas não são reais.
Mas, se caem na realidade do mundo físico
e vem a você,
você pode lidar com elas naquele momento.

Não importa como você atravessa as coisas.
Só importa que você passe por elas.

Sessenta e sete

Contudo, alma estejas certa de que a primeira
intenção permanece
e há de ser conduzida adiante,
Talvez mesmo agora o tempo tenha chegado..

Walt Whitman

Nenhuma Alma será perdida.
Na verdade, não existem Almas perdidas.
A Alma sempre sabe onde está.
Apenas não se importa.

A Alma sabe que vai durar mais que seu corpo,
ela sabe que vai durar mais que os pensamentos que você tem tido,
ela sabe que vai estar além de sua imaginação,
e dos sentimentos que lhe traíram por tanto tempo, que você presta pouca atenção a eles.
Então, por que não deveria ser feliz nesses mundos inferiores?

Nossa identificação equivocada, nos leva ao dilema da mente para segunda opinião.
E ainda assim a Alma diz:
"Estou aqui, estou presente.
Não estou lá.
Estou aqui, estou presente.
Esse é o momento."

Sessenta e oito

Dizemos, "Engate seu vagão a uma estrela,"
mas que seja a mais alta no céu.

Ao alcançar o mais alto,
poderá ver todos as outras,
e ver corretamente onde as coisas estão.

Poderá ver o que é o mundo.
Poderá ver as ilusões da humanidade
e as desumanidades que perpetramos contra
a forma física,
tentando controlá-la.

Mas, por trás das barras da prisão do corpo,
das emoções, e da mente,
está a liberdade da consciência que é pura.

Então, você pode me fazer dizer todo o tipo
de coisas,
você pode me bater,
você pode me trancar e crucificar,
mas além de tudo isso,
eu serei livre onde eu moro,
e não há como você poder tocar nisso.

Posso lhe dizer qualquer coisa que eu queira
lhe dizer,
mas na minha Alma estou livre,
e é aí onde vou morar.

Sessenta e nove

Você pode se tornar livre na Alma que não
pode ser possuída,
que não pode ser contida,
pois é o próprio ar que você respira.

Você não pode expirar continuamente,
nem segurar o ar para mantê-lo,
pois o ar faz o que precisa fazer,
a seu próprio ritmo.

Se entrar no ritmo, do que sempre está
presente,
e fluir com ele na naturalidade do amor,
os distúrbios físicos desaparecerão,
e você estará livre.

Setenta

O sábio sempre confronta as dificuldades,
nunca as experimenta.

Lao-Tsé

Podemos resolver nossos problemas rapidamente
por tomar uma decisão que apoie no momento,
não após a ocorrência.

Decidir após a ocorrência
é a abordagem do intelecto.

A inteligência, entretanto, lhe diz para ficar
atento,
se manter acordado,
continuar fluindo com o presente,
tomando decisões que realcem sua expressão
positiva e sua realização espiritual.

Amar é a chave–
amor totalmente incondicional.
Mesmo quando não se sente amoroso,
você ama o sentimento de não se sentir
amoroso.

Ame a si mesmo
mesmo quando não sabe o que está
acontecendo.
Você pode ser tudo que quiser ser,
no momento em que você incondicionalmente
se tornar incondicional.

Não existe qualquer maneira de você se separar
do amor e manter a liberdade.
A única maneira é amar tudo.

Setenta e um

Como você consegue completar as coisas sem fazer karma?

Por espontaneamente ter a ação e a energia
vindo através de você para completar pelo
bem maior de todos —
na meta, nos resultados ou no efeito.

Quando a energia do Espírito se move
através de você, para completar,
ela é a executora de tudo o que acontece,
não você.

O que se conclui através do Espírito,
e o que se conclui através do ego,
pode parecer ser o mesmo,
mas aquele que se moveu com o ego
tem karma,
e aquele que se moveu espontaneamente
com a ação do Espírito
É karma livre.

Setenta e dois

Aqui existe majestade e beleza em cada um.
Se você pudesse ver isso em si mesmo,
não se preocuparia com o pouco de comida,
sobre o pouco de bebida,
sobre esses poucos cigarros,
sobre isso ou sobre aquilo,
ou de onde vem o próximo sexo,
ou sua ocupação pelos próximos cinquenta anos.

Em vez disso, você estaria totalmente neste momento,
na Presença divina –
não como um recipiente vazio,
mas como aquele cuja taça transborda,
e que não precisa incliná-lo para dar a alguém,
mas que simplesmente transborda,
porque você está na existência mesma da realidade.

Tudo o que a força espiritual pediu aos seres humanos foi amar incondicionalmente,
para amar uns aos outros como você se ama,
amar Deus com todo seu coração, sua mente, sua Alma,
e, se você não sabe onde Deus está,
ame a seu próximo.

Mas alguns de vocês amam a Deus, a quem não podem ver,
e odeiam seu vizinho a quem podem ver,
e isso é hipocrisia.

Setenta e três

Na busca por aprender, cada dia algo é adquirido.
Na busca do Tao, cada dia algo cai.

Menos e menos é feito
Até que se alcance a não ação.
Quando nada é feito, mas nada está sem fazer.

O mundo é governado deixando as coisas
seguirem seu curso.
Não pode ser governado pela interferência.

Lao-Tsé

Quando você coloca uma meta lá fora, no mundo,
deve atuar de acordo com a legenda do sucesso.
E quem vai determinar isso para você?
Todo mundo lá fora no mundo, determinará isso.

No entanto, seu sucesso pode ser que você desista da meta e não faça isso.
Algumas pessoas "baterão na sua cabeça" por esse pensamento.
Mas, com frequência, meus melhores sucessos foram quando disse,
– Não posso lidar com isso.
E soltei.

Então fui trazido imediatamente
para a coisa que eu deveria fazer,
e foi melhor do que eu poderia ter desejado.

Setenta e quatro

Muitos dos que disseram a verdade neste planeta foram assassinados e martirizados.
Ainda assim, se adiantaram e disseram:
"Pois em verdade, essa é a verdade".

Precisamos chegar a essa verdade por nós mesmos.
Precisamos olhar no espelho e dizer,
"É isso.
Até pode existir mais aqui,
mas como não sei sobre,
será com essa verdade que vou trabalhar agora mesmo.
Isto é o que foi criado.
Aqui estou.
Não vou declarar um mundo de acontecimentos
ou como vou fazer nos próximos vinte anos.
Apenas agora mesmo".

Setenta e cinco

Fazer um grande esforço é uma situação de luta.

No momento em que estabelece a luta,
você configura a resistência.
Assim que fizer um esforço,
você estabelece defesas.

Defesas bloqueiam.

Simplesmente alcance, e naturalmente pegue a próxima coisa,
puxe-a para você;
e se mova com ela
de uma maneira muito uniforme,
isso é uma situação de aceitação.

Setenta e seis

E se ele for chamado a enfrentar
algum momento horrível no qual o Céu ingressou
grandes questões boas ou más para a humanidade,
ele estará tão feliz quanto um amante.

William Wordsworth

Qualquer um pode jogar o jogo.

De fato,
quase todo mundo joga o jogo
exceto o homem de entendimento.

Ele atravessa a rotina com você
e ri,
e passa bem,
e você não entende por que ele não está sério
sobre aquilo.

Isso é porque ele entende que não há nada
para estar sério sobre,
porque toda a ação divina de Deus
está inteiramente presente.

E assim este homem de entendimento é
acusado de ser tudo,
menos de entendimento.

Setenta e sete

Desperte para a própria Luz que você já é.

Em vez de tentar estabelecer seu reino, no reino de Deus tentando derrubá-lo,
tome consciência de que Deus já está presente.

Essa consciência é um processo de deixar Deus fazer isso.
Então, quando você disser: "Solto e deixo Deus",
você descobrirá que Deus tem feito tudo de toda forma,
mesmo quando você não soltava.

Setenta e oito

Às vezes, aquele que é seu amigo parece
ser seu inimigo.
E com frequência seus inimigos parecem ser
seus amigos.
Você percebe a diferença por observá-los,
vendo com desapego.

Os relacionamentos são difíceis,
porque na maioria das vezes,
encontramos a fraqueza da pessoa e
brincamos com ela.

Setenta e nove

O vento sopra onde quer.
Você escuta seu som
mas, você não pode dizer de onde vem,
nem para onde vai.
Assim acontece com todos os que nascem
do Espírito.

Jesus Cristo
João 3: 8 (NVI)

Entendimento é o movimento da realidade
que está presente,
a divindade de seu próprio ser,
a verdade que não reside em nada,
que pode ser o redemoinho,
que o vento sopra,
e aquele que o acalma.

E assim você não sabe se está vindo,
se está indo,
ou se está preso no redemoinho.

Mas, se estiver na consciência do
entendimento,
que diferença faz?
Tudo é a divindade.

Oitenta

Algumas pessoas ficam perturbadas sobre suas compulsões.
Mas, são realmente seus *pensamentos* sobre a compulsão que as incomodam.
Portanto, se você parar de pensar sobre a compulsão e chamá-la, "Isso é o que é",
e seguir com suas atividades,
não dará mais energia àquilo que lhe corromperá.
E assim a compulsão se esvai.

Oitenta e um

Ainda que as coisas que fazemos neste
mundo,
possam continuamente deturpar quem
somos,
nunca esqueçamos, nem por um segundo,
que a centelha divina que é Deus
reside dentro de cada um de nós.

E depois de tudo dito e feito,
você descobrirá que andou com seu próprio
Bem-Amado,
por muitos e muitos éons.
E uma de suas grandes realizações será
que em todos os momentos,
tudo estava absolutamente perfeito em seu
interior.

Se você tem um Espírito, perca-o, solte-o,
para voltar para onde,
com uma palavra,nós viemos.
Agora, milhares de palavras,
e nos recusamos a sair.

Rumi

AGRADECIMENTOS

A edição em inglês agradece a todos que permitiram que suas traduções aparecessem neste livro[2]:

As citações de Kabir foram do:
The Kabir Book por Robert Bly
Copyright © 1971, 1977 por Robert Bly
Reproduzido com permissão da Beacon Press.

As citações de Rumi foram de:
Unseen Rain
*Quantrains of Rum*i por John Moyne e Coleman Barks
Reproduzido com permissão de Therehold Books.
RD4 Box 600
Putney, VT 05346

Citações de Lao Tsé foram de:
Tao Te Ching de Gia-fu Feng / Jane English
Copyright © 1972 por Gia-fu Feng e Jane Inglês
Reproduzido com permissão de Alfred E. Knopf, Inc.

2 *Todas as citações da versão em portguês foram traduzidas diretamente da edição original em inglês*

SOBRE O AUTOR

John-Roger, professor e conferencista de estatura internacional, foi uma inspiração na vida de muitas pessoas ao redor do mundo. Por mais de cinco décadas, sua sabedoria, humor, bom senso e amor ajudaram as pessoas a descobrir o Espírito interior e a encontrar saúde, paz e prosperidade.

Com dois livros em co-autoria na lista de mais vendidos do New York Times, e mais de quatro dúzias de livros de auto-ajuda, bem como álbuns de áudio e vídeo, John-Roger ofereceu insights extraordinários sobre uma ampla gama de tópicos. Ele fundou a Igreja ecumênica, não confessional do Movimento da Senda Interna da Alma (MSIA), que se enfoca na Transcendência da Alma. John-Roger também fundou várias outras organizações que estendem sua contribuição aos campos da educação, paz e serviço; esses incluem a Universidade Santa Monica, Seminário Teológico para Paz & Universidade de Filosofia, Seminários Insight, o Instituto para a Paz Individual e Mundial e a Fundação Heartfelt .

John-Roger deu mais de 6.000 palestras e seminários ao redor do mundo, e apareceu em vários programas de rádio e televisão. Ele também co-escreveu e co-produziu os filmes “Guerreiro Espiritual”, “O Guia” e “O Viajante Mistico”.

John-Roger foi um educador e ministro de profissão, e através de seus ensinamentos ele continua a transformar vidas, educando as pessoas na sabedoria do coração espiritual.

Para mais informações sobre John-Roger, você também pode visitar:
www.john-roger.org

Caminhando com o Senhor
Este livro é para quem estiver interessado em encontrar mais sobre uma das partes mais essenciais dos ensinamentos do Viajante Místico – exercícios espirituais. Contém informações e técnicas específicas, bem como encorajamento e orientação.

Perdão: A Chave para Reino
Um tesouro inspirador, pois lendo este livro centrado nos nossos corações nos ajuda a regenerar a força e o propósito na vida.

Dissertações para Consciência da Alma
As Dissertações da Consciência da Alma são o coração dos ensinamentos oferecidos através do MSIA. Um conjunto anual que consiste em doze livros, um para cada mês. Eles oferecem chaves para uma maior consciência espiritual e conhecimento da Alma, bem como muitas chaves práticas para uma vida bem mais sucedida.

Se você está interessado em aprender mais sobre Transcêndencia da Alma, por favor contacte o Movimento da Senda Interna da Alma (MSIA):

Website: msia.org
Email: brasil@msia.org
Telefone: +1 (323) 737-4055
Endereço: 3500 West Adams Blvd
PO Box 513935, Los Angeles, CA 90051-1935 - USA

O MSIA oference materiais de estudo através de uma variedade de multimídias que incluem audio, videos, livros, etc. Para mais produtos, visite msia.org/store.